



09

## Ambulante Tinnitus-Therapie und Counseling

Wie wirksam ist eine einmalige Beratung in einer Tinnitus-Ambulanz?



21

## Ohrgeräusche und Partnerschaft

„Der Tinnitus soll so wenig Raum in unserem Leben bekommen wie möglich“



56

## Otoplastiken

Individuell angefertigte Ohrpassstücke

### Editorial

- 3 Sabine Wagner

### Inhalt

- 4 und Impressum

### Essay

- 6 Wohlbefinden und Gesundheit – durch suggestive Worte und Entspannungsmusik

### Schwerpunktthema

- 9 Wie wirksam ist eine einmalige Beratung in einer Tinnitus-Ambulanz?  
14 Ambulante Tinnitus-Therapie als Kompaktkur  
17 Interdisziplinäre Zusammenarbeit im Tinnitus-Zentrum Bonn (TZB)

### Meine Geschichte

- 21 „Der Tinnitus soll so wenig Raum in unserem Leben bekommen wie möglich“

### Wissenschaft

- 25 Konsultation von „Dr. Google“ bei Hörsturz und Tinnitus?  
27 Kurs „Psychosomatische Grundlagen in der HNO-Heilkunde“ am 2. Dezember in Berlin

### Aktuelles

- 28 Tinnitus-Betroffenen-Seminar anlässlich des 25-jährigen Jubiläums der SHG Kulmbach

### Aktuelles

- 30 Das neue Deutsche Museum in München  
31 Hilfe fürs Ohr bot der 11. Koblenzer Patiententag  
32 Spende der DTL an die Stiftung Tinnitus und Hören Charité

### Weihnachtsgruß der DTL

### Praxis

- 34 Vanille – weihnachtliches Gewürz mit beruhigender und heilender Wirkung  
38 Neurotrition

### Internationale Presseschau

- 43 Digitale Erschöpfung und Tinnitus  
44 30 Jahre France Acouphènes

### Tinnitus-Shop

### Soziales & Recht

- 51 LSG Berlin-Brandenburg: Keine verpflichtende ärztliche Abnahme der Hörsystemversorgung  
52 Vereinfachter Zugang zur Reha zulasten der GKV · Broschüre „Patientenrechte – Ärztepfllichten“  
53 GKV-Finanzstabilisierungsgesetz  
54 7,8 Millionen schwerbehinderte Menschen leben in Deutschland · OPs an Kliniken mit höheren Fallzahlen durchführen

### Hören

- 55 9. Tinnitus-Tag der Deutschen Hörakustiker  
56 Individuell angefertigte Ohrpassstücke: Otoplastiken  
60 Bundesweite Aktionswoche zum „Tag der Sinne“  
61 DTL ist Partner der Initiative Hörgesundheit

### Fragen, Antworten, Kontakte

- 61 Hörgerät und Zubehör abzugeben

### Nachrichten

- 62 Weihnachtsrituale stärken Verbundenheit · Pflegetipps für Winterhaut · Initiative taxmenow · Wie entsorge ich Arzneimittel?  
63 Barbie trägt ein HdO-Hörgerät · Das Emoticon ist 40 · Wann Pendeln zur Belastung wird · Kunstrezeption ist ein aktiver Prozess

### Schweiz

- 64 Bericht aus der Selbsthilfegruppe Zürich  
65 Dr. Gupta Ärztlicher Direktor der PDGR

### Österreich

- 66 Tinnitus-Therapie mittels akustischer Stimulation

### Stiftung Hören

- 68 Der Verband Deutscher Tonmeister

## Vorschau TF 1 / Februar 2023

### Themen:

- Junge Selbsthilfe
- Endolymphstau und Morbus Menière
- Klangschalen-Therapie bei Tinnitus

### ■ DTL-intern

- 70 Bericht über die Mitgliederversammlung der Deutschen Tinnitus-Liga e. V.
- 73 Laudationes auf die neuen Ehrenmitglieder der DTL: Dr. Frank Matthias Rudolph und Christine Staemmler
- 74 Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag, liebe Frau Dr. Wallhäußer-Franke!
- 75 Prof. Dr. Gerhard Hesse wurde 70 Jahre alt
- 77 DTL-Leistungen: Informationen, die weiterhelfen

### ■ Hirnleistungstraining

- 76 Text-Reparatur
- 80 Doppelgänger gesucht

### ■ Selbsthilfegruppen

- 81 Selbsthilfegruppen unterwegs
- 84 Was in den Selbsthilfegruppen geschieht
- 86 Liste der Selbsthilfegruppen im Querformat

### ■ Termine

- 91 Messen, Symposien, Vorträge, Seminare

### ■ Mitglieder-Dienste der DTL

- 92 Was die DTL für Sie leistet

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in unserer Zeitschrift zuweilen auf die gleichzeitige Verwendung der weiblichen und männlichen Sprachform verzichtet. Gemeint sind selbstverständlich immer alle Geschlechter (m/w/d).

## IMPRESSUM

### Herausgeber und Verleger

Deutsche Tinnitus-Liga e. V.  
gemeinnützige Selbsthilfeorganisation gegen Tinnitus, Hörsturz und Morbus Menière  
1. Vorsitzender: Bernd Strohschein, Stellv. Vorsitzende: Gisela Nawroth  
Postfach 210351, 42353 Wuppertal  
Am Lohsiepen 18, 42369 Wuppertal-Ronsdorf  
Telefon (Zentrale): 0202 24652-0  
Fax: 0202 24652-20  
Homepage: www.tinnitus-liga.de  
E-Mail: dtl@tinnitus-liga.de

Mitgliederverwaltung, Telefon: 0202 24652-23 oder -22

### Bank und Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft, Köln  
BIC: BFSWDE33  
IBAN: DE10 3702 0500 0007 0891 00

### Auflage

14.000

### Chefredaktion

Sabine Wagner, M. A. (SW)

### Redaktion

Sybille Heil (SH/Selbsthilfegruppen)

### Nachdruck

Die Deutsche Tinnitus-Liga e.V. (DTL) behält sich ausdrücklich das ausschließliche Recht der Verbreitung, Übersetzung und jeglicher Wiedergabe auch von Teilen dieser Zeitschrift durch Nachdruck, Fotokopie, Mikrofilm, EDV-Einspeicherung, Funk- oder Fernsehaufzeichnung sowie im Internet und in den sozialen Medien vor. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.

### Anzeigenpreisliste

Nr. 26 ab 1. Januar 2022

# Tinnitus Forum

### Anzeigenverwaltung

Sieler Medienkontor GmbH, Oliver Kämper  
Neptunstr. 36, 42699 Solingen  
Telefon: 0212 520888-62, Fax: 0212 520888-69  
E-Mail: kaemper@ksw.de  
Verantwortlicher für Anzeigen: Oliver Kämper

### Gesamtherstellung

KS.W Media GmbH, Neptunstr. 36, 42699 Solingen  
Telefon: 0212 520888-62, Fax: 0212 520888-69  
www.ksw.de, E-Mail: info@ksw.de

### Bildnachweis

Titelbild: © shurkin\_son/freepik.com; S. 3: Paul Dudley; S. 4: Hörluchs Hearing GmbH & Co. KG; S. 6: Anyaberkut/dreamstime.com; S. 9: Prostockstudio/dreamstime.com; S. 33: Frizzantine/dreamstime.com; S. 34: Anton Ignatenko/dreamstime.com; S. 35: Grafvision/dreamstime.com; S. 36: Vladvitek/dreamstime.com; S. 37: Sergey Kolesnikov/dreamstime.com; S. 53: Manaemedia/dreamstime.com; S. 54: Arne9001/dreamstime.com; S. 60: © DGHNO-KHC; S. 62: Monkey Business Images/dreamstime.com, Hye Jin Kang/dreamstime.com, senivpetro/freepik.com, topntp26/freepik.com; S. 73: DTL-Archiv, Matthias Staemmler; S. 74: DTL-Archiv; Cartoons: Christian Born (BOB)

### Redaktionsschluss

jeweils zum 1. Februar, 1. Mai, 1. August, 1. November. Das Tinnitus-Forum erscheint vierteljährlich jeweils im zweiten Monat eines Quartals. Für Mitglieder der Deutschen Tinnitus-Liga ist der Bezug mit dem Beitrag abgegolten. Das Jahresabonnement für Fachleute kostet 25 Euro, im Ausland 40 Euro, die Einzelausgabe 10 Euro. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Artikel und Beiträge zu kürzen. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder kann keine Haftung übernommen werden. Für die mit Namen gekennzeichneten Beiträge zeichnen die betreffenden Autoren, für die Mitteilungen der Liga der Vorstand verantwortlich. Die Inhalte der Artikel geben nicht unbedingt den Standpunkt der DTL wieder. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass Betroffene alle Ratschläge und Empfehlungen stets nur im Benehmen mit einem Arzt anwenden sollten. Eine Haftung oder Gewährleistung wird nicht übernommen. Anzeigen stellen keine Empfehlung der Redaktion dar.